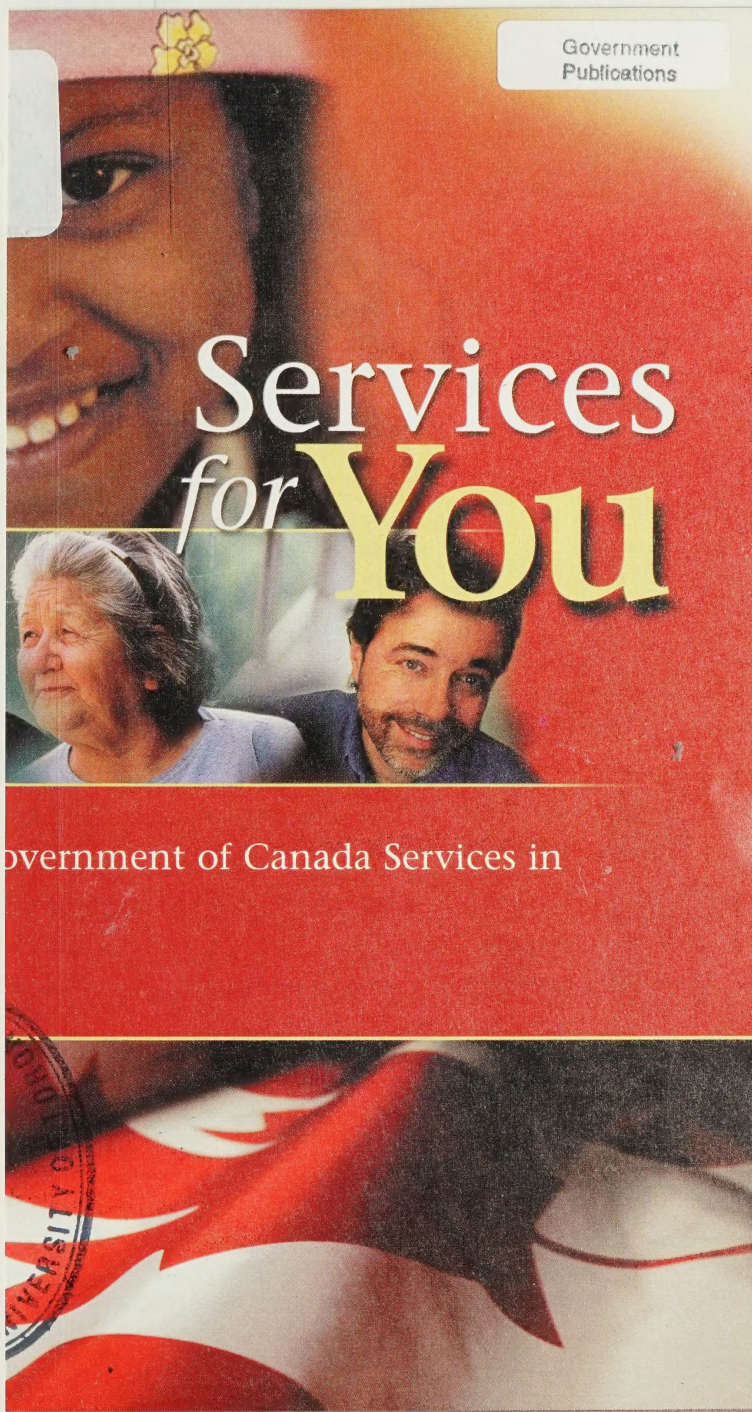



Government  
Publications



Government of Canada Services in





Digitized by the Internet Archive  
in 2021 with funding from  
University of Toronto

<https://archive.org/details/31761114653520>

CA1  
- 2015

# Services *for* You



Guide to Government of Canada Services in  
the North



Government  
of Canada

Gouvernement  
du Canada

Canada



# Table of contents



## Environment

House calls save energy .....	4
Save energy and money at home .....	4
Help your community protect the environment .....	5
How you can take positive action on climate change .....	6



## Health and families

Pregnant and in need of support? Here's how to get help .....	7
How to keep your children active and healthy .....	7
Program for pre-school children .....	8
Preventing falls can protect your good health .....	9

## Innovation and business development



Public access to the Internet is available .....	10
An Internet site for youth .....	11
Support for business development .....	11



## Training and work opportunities

A force for the future .....	12
Learn about oil and gas in the North .....	12
Youth programs in the North .....	13
Source for job information in the North .....	13

■ Canada's New Health Care Accord .....	14
---	----

■ Contact the Government of Canada .....	15
--	----

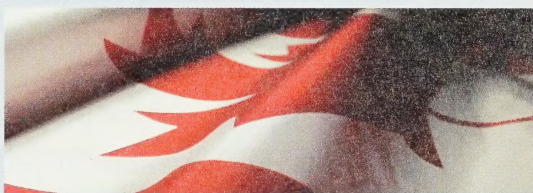




# Introduction

Government of Canada services are designed to meet your changing needs. This guide, *Services for You*, describes a few of these services, how they work and how you can access them. It has four sections. Each deals with individual needs or areas of common concern.

- Topics are in **bold**.
- Titles of booklets and pamphlets appear in *italics*.
- Toll-free telephone numbers and Web site addresses are provided at the end of each description.
- A detachable list of toll-free telephone numbers and Web sites for other frequently used services is provided at the end of the guide.



We encourage you to keep *Services for You*. If your needs change, it will help you find the right service.

---

## About other services

To find out about other Government of Canada services:

- Call 1 800 O-Canada (1 800 622-6232), the Government of Canada information service;
- Visit the Government of Canada main Web site: [canada.gc.ca](http://canada.gc.ca)

This guide is also available in large print, on audio cassette, in Braille and on computer diskette by calling 1 800 O-Canada.



# Environment

## House calls save energy

Yukon homeowners are reducing their energy bills as well as greenhouse gas emissions that contribute to climate change. Through the **House Calls Energy Efficiency Project**, experts work with individual homeowners to help them cut energy use. Energy-saving steps include:

- wrapping electric hot water tanks with insulating blankets;
- using compact fluorescent light bulbs; and
- installing water-conserving showerheads.

☎ **1 800 661-0408**

🌐 **[www.nrgsc.yk.ca](http://www.nrgsc.yk.ca)**

Nearly 1,500 homes will be inspected. The project is expected to reduce greenhouse gases by 1,800 tonnes a year.



## Save energy and money at home

The Office of Energy Efficiency can help you **save energy and money in your home**. A great place to begin is the pamphlet, *What is Energy Star?* Order it today and start saving. At the same time, check out the office's other guides and booklets.

☎ **1 800 387-2000**


🌐 **[www.oeenrcan.gc.ca](http://www.oeenrcan.gc.ca)**  
and click on "Publications"







## Help your community protect the environment

Want to get your community involved in cleaning up the environment? Help is available through the **EcoAction Program**. The program supports projects that protect the environment. If your non-profit group has an environmental project in mind, contact EcoAction. You can also get a copy of the guide *Community Environmental Projects: From Needs Assessment to Evaluation*. The guide tells you how to set goals, recruit volunteers, develop partnerships and communicate results.

 **Yukon: 1 800 667-7779**


 **NWT and Nunavut: 1 800 567-1570**

 **[www.ec.gc.ca/ecoaction](http://www.ec.gc.ca/ecoaction)**

## Restoring and preserving damaged habitat

Residents of a Nunavut community worked together to get rid of discarded fuel drums in the area. The barrels used to hold fuel for boats. They threatened the environment and local wildlife. They were left behind at campsites near Pangnirtung. Removing the drums will clean up the area for future generations of hunters and gatherers. As part of the project, newsletters and posters told people how to dispose of the drums. Stickers describing proper disposal methods are now being placed on new drums.





## How you can take positive action on climate change

Climate change affects our health, environment and economy. By using less energy, we can reduce the greenhouse gas emissions that contribute to **climate change**. Here are a few simple ways we can save energy every day:

- Put extra insulation in the attic of your home.
- Seal leaks around doors and windows.
- Turn your thermostat down at night and when you're out during the day.
- Run your dishwasher only when it's full.
- Lower the temperature on your water heater.

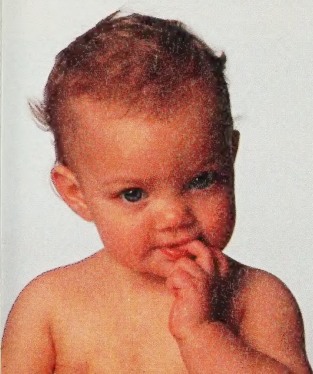


📞 1 800 O-Canada

🌐 [www.climatechange.gc.ca](http://www.climatechange.gc.ca)





# Health and families



## Pregnant and in need of support? Here's how to get help

If you're expecting a child and need support, the **Canada Prenatal Nutrition Program** can help. The program helps pregnant women by providing nutrition counseling, food supplements, education, referral to other services and counseling on lifestyle issues such as alcohol abuse.


 **1 866 225-0709 (toll-free)**


 [www.hc-sc.gc.ca/childhood-youth](http://www.hc-sc.gc.ca/childhood-youth)  
and click on "Community Based Programs"

## How to keep your children active and healthy

Keeping your children active is the best way to help them stay healthy. Studies show that more than half of children and youth in Canada are not active enough. As a result, many young people suffer from childhood obesity. This increases their risk of health problems such as heart disease and diabetes.

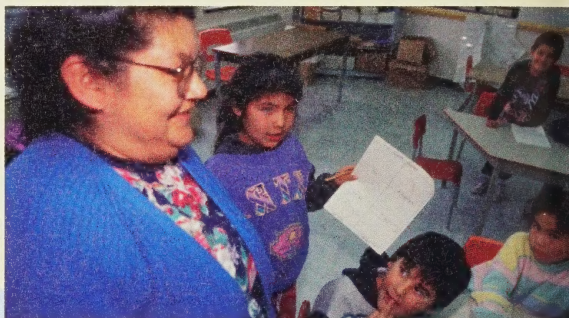
Order your copy of *Canada's Physical Activity Guide for Children* and *Canada's Physical Activity Guide for Youth*. Both booklets offer tips to keep your kids active.

 **1 866 225-0709 (toll-free)**

 [www.hc-sc.gc.ca/hppb/paguide](http://www.hc-sc.gc.ca/hppb/paguide)

## Program for pre-school children

The **Aboriginal Head Start** program provides support for pre-school children and their parents. If you're a parent, you can take courses to develop your parenting skills and confidence. Your children will learn about healthy eating, active living and Aboriginal culture and languages. The program is available to families in urban areas, northern communities and on-reserve.



☎ **1 866 225-0709 (toll-free)**

🌐 **[www.hc-sc.gc.ca/childhood-youth](http://www.hc-sc.gc.ca/childhood-youth)**  
and click on "Aboriginal Childhood  
and Youth"

### **More classes, more chances to take part**

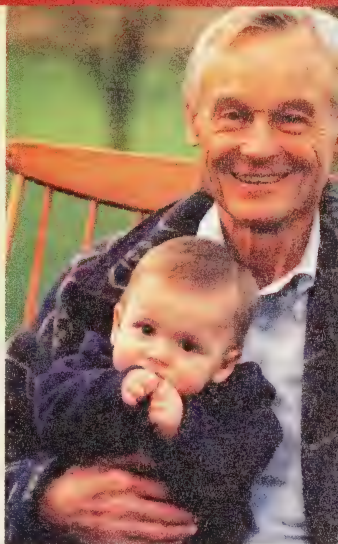
To make sure as many children as possible could participate in the Aboriginal Head Start program, the Nunavut community of Igloolik decided to hold classes throughout the day. Children can now play traditional games and learn about their culture in the mornings, afternoons and some evenings. Parents and Elders also take part in the activities.

One participant says the program not only "helps my child in all areas of growth and development, it supports the whole family. When my daughter comes home now, she talks about her Aboriginal culture. And she's teaching me things about our culture that I never really learned growing up."



## Preventing falls can protect your good health

As a senior, you know good health is important to your independence. One of the best ways to protect your quality of life is to **prevent falls**. Falls are responsible for most injuries among seniors and almost half of nursing home admissions. *You Can Prevent Falls!* is a series of fact sheets that explains what can be done to maintain seniors' quality of life. *You Can Prevent Falls!* is aimed at seniors, veterans, their families and caregivers.



☎ **1 800 O-Canada**

📄 [www.hc-sc.gc.ca/seniors-aines](http://www.hc-sc.gc.ca/seniors-aines)

and click on "Publications," then on "F" in the A-Z index

## Don't forget to apply for seniors' benefits

Canada Pension Plan and Old Age Security benefits do not start automatically. You must apply for them. To learn more about Government of Canada services for seniors and soon-to-be seniors, order a copy of *Services for Seniors*.



☎ **1 800 O-Canada**

📄 [canada.gc.ca](http://canada.gc.ca)

and click on "Services for Canadians," then on "Seniors"

# Innovation and business development

## Public access to the Internet is available

You don't have to own a computer to use the Internet. Chances are an organization in your area offers affordable access to computers and the Internet. Through the **Community Access Program**, the Government of Canada helps community-based organizations in the North have affordable access to the Internet. The Community Access Program also offers computer and Internet training in schools, libraries and community centres.

 **1 800 575-9200**

 **<http://cap.ic.gc.ca>**

## Adventure of a lifetime

For two teachers, the Community Access Program was their ticket to the adventure of a lifetime. Using the Internet at the Fort Providence program site, the two learned about teaching positions in China. They applied, were accepted and are now experiencing life and culture in a different part of the world.



## An Internet site for youth

Check out **Youth Buzz**, a Web site that keeps youth up to date on the environment, Aboriginal peoples, land claims, economic development, mining and oil and gas in the NWT. The site has activities for kids, such as a scavenger hunt and crossword puzzles. It also offers resources for teachers.

☎ **1 800 567-9604**

🌐 <http://nwt.inac.gc.ca/youthbuzz>

## Support for business development

If you're thinking about starting a business or looking for business advice, check out the **Canada Business Service Centre** near you. Offices across the North can help you:

- 🌱 develop your business idea;
- 🌱 get financing; and
- 🌱 market your product or service.



☎ **Yukon: 1 800 661-0543**

☎ **NWT: 1 800 661-0599**

☎ **Nunavut: 1 877 499-5199 (toll-free)**

🌐 [www.cbsc.org](http://www.cbsc.org)

## A resource in Nunavut

Find out about **funding opportunities for business** in Nunavut by contacting Indian and Northern Affairs Canada. The department also has programs to ensure Inuit participation in major infrastructure, tourism and resource development projects.

☎ **1 800 567-9604**

🌐 [www.inac.gc.ca](http://www.inac.gc.ca)

# Training and work opportunities



## A force for the future

Experience military life before deciding if a career in the Canadian Forces is for you. The **Canadian Forces Aboriginal Entry Program** is for eligible Aboriginal people who are interested in a career with the

navy, army or air force. You'll join Aboriginal participants from across Canada in a three-week training course. The program reflects the unique experiences and concerns of Aboriginal people. To be eligible, you must:

- be at least 17 years of age;
- have completed Grade 10 (Grade 12 preferred); and
- meet Canadian Forces medical and enrolment standards.

☎ **1 800 856-8488**

🌐 **[www.recruiting.forces.gc.ca](http://www.recruiting.forces.gc.ca)**

and click on "Links" in the left menu, then on "Canadian Forces Aboriginal Entry Program"

## Learn about oil and gas in the North

Everyone's talking about oil and gas exploration and development in the NWT. Your community can get involved. Learn more about the industry and find out how your community can benefit from training, employment and business opportunities. Indian and Northern Affairs Canada provides information and workshops on oil and gas. It also gives advice about oil and gas benefits plans.

☎ **1 800 567-9604**

🌐 **[www.inac.gc.ca/oil](http://www.inac.gc.ca/oil)**



## Youth programs in the North

Cadets and the Junior Canadian Ranger programs offer teenagers in remote and isolated communities across the North a unique opportunity to participate in a variety of fun and rewarding activities in their communities.

Although each program is different, both are community-based youth experiences that offer interesting and challenging activities and teach valuable life skills.

Cadets and the Junior Canadian Ranger programs are a great opportunity to learn more about teamwork, friendship and self-esteem.




 **1 800 661-0705**

 **[www.cfna.forces.gc.ca](http://www.cfna.forces.gc.ca)**

## Source for job information in the North


You can find out about **training, job opportunities and support programs** in the North through a toll-free number and Internet site. Whether you're a job seeker, employer, teacher, counselor or researcher, you can get the information you need.

### **Yukon:**

 **1 888 757-8725**  
(toll-free)

 **[www.yuwin.ca](http://www.yuwin.ca)**


### **Nunavut and NWT:**

 **1 888 757-8725**  
(toll-free)

 **[www.northwin.ca](http://www.northwin.ca)**

## Explore job opportunities with the Government of Canada

You can find out about Government of Canada **job opportunities and employment programs** by phone or on the Internet.

 **1 800 645-5605**

 **[jobs.gc.ca](http://jobs.gc.ca)**

and click on "Jobs Open to the Public"

# Canada's New Health Care Accord

Recently, the Prime Minister and the provincial Premiers reached an agreement about sustaining and reforming Canada's treasured health care system. To make that agreement a reality, the Government of Canada is **increasing federal funding for health care by \$34.8 billion over the next five years.**

The Accord reinforces the five key principles of the *Canada Health Act* and it provides increased support for existing health care services across the country.

Equally important, it seeks and finances change – for the better:

- better access to appropriate primary health care providers on a 24-7 basis, reducing pressures on emergency departments;
- improved home-care services and coverage against catastrophic drug costs;
- a compassionate care benefit, through employment insurance, for those who need to take time off work temporarily to support a gravely ill family member;

- new diagnostic and medical equipment, to shorten waiting lists and speed up treatments;
- secure electronic patient records, to avoid repetitive and time-consuming paperwork;
- more science and innovation at research hospitals;
- special attention will be paid by federal, provincial and territorial governments to the health needs of Aboriginal peoples.

The Accord also provides for the creation of a Health Council to report regularly to all Canadians on the quality of their health care system. Citizens and taxpayers have a right to know how health dollars are being spent and how health reforms are being implemented.

## For more Health Care Accord information:

☎ 1 800 O-Canada  
(1 800 622-6232)  
TTY 1 800 465-7735

🌐 [canada.gc.ca](http://canada.gc.ca)



# Contact the Government of Canada— It's easy



Here's a list of other frequently used services:

- **Business Service Centres** . . . . . 1 888 576-4444
- **Canadian Tourism Commission** . . . . . 1 888 456-3333
- **Child Tax Benefit** . . . . . 1 800 387-1193
- **Customs** . . . . . 1 800 461-9999
- **Education Savings Grants** . . . . . 1 888 276-3624
- **Employment Insurance** . . . . . 1 800 206-7218
- **Goods and Services Tax Credit** . . . . . 1 800 959-1953
- **Immigration**
  - Montreal: . . . . . (514) 496-1010
  - Toronto: . . . . . (416) 973-4444
  - Vancouver: . . . . . (604) 666-2171
  - Elsewhere in Canada: . . . . . 1 888 242-2100
- **Passports** . . . . . 1 800 567-6868
- **Pensions** . . . . . 1 800 277-9914
- **Savings Bonds** . . . . . 1 800 575-5151
- **Social Insurance Number** . . . . . 1 800 206-7218
- **Taxes** . . . . . 1 800 959-8281






# Find the Government of Canada on the Web—

## It's easy



Other useful Government of Canada Web sites include:

- **Business Service Centres** ..... [www.cbsc.org](http://www.cbsc.org)
- **Canadian Tourism Commission** ..... [www.travelcanada.ca](http://www.travelcanada.ca)
- **Contracts Canada** ..... [contractscanada.gc.ca](http://contractscanada.gc.ca)
- **Culture and Heritage** ..... [www.canadianheritage.gc.ca](http://www.canadianheritage.gc.ca)
- **Employment Opportunities** ..... [www.jobbank.gc.ca](http://www.jobbank.gc.ca)

Information on Government of Canada Services	Renseignements sur les services du gouvernement du Canada	
	1 800 O-Canada (1 800 622-6232)	
	TTY • ATS : 1 800 465-7735	
	<a href="http://canada.gc.ca">canada.gc.ca</a>	
	Service Canada Access Centres Centres d'accès Service Canada	
		<b>Canada</b> 

- **Health Information** ..... [www.canadian-health-network.ca](http://www.canadian-health-network.ca)
- **Immigration** ..... [www.cic.gc.ca](http://www.cic.gc.ca)
- **Natural Resources** ..... [www.nrcan.gc.ca](http://www.nrcan.gc.ca)
- **Pensions** ..... [www.hrdc.gc.ca/isp](http://www.hrdc.gc.ca/isp)
- **Public Service Commission of Canada** .... [www.psc-cfp.gc.ca](http://www.psc-cfp.gc.ca)
- **Taxation and Customs** ..... [www.ccr.ca.gc.ca](http://www.ccr.ca.gc.ca)
- **Travel Assistance for Canadians Abroad** ... [www.voyage.gc.ca](http://www.voyage.gc.ca)
- **Weather** ..... [www.weatheroffice.ec.gc.ca](http://www.weatheroffice.ec.gc.ca)
- **Youth Employment Strategy** ..... [www.youth.gc.ca](http://www.youth.gc.ca)

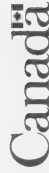
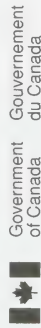


Address / Adresse \_\_\_\_\_

City / Ville \_\_\_\_\_ Province \_\_\_\_\_

Postal Code / Code postal \_\_\_\_\_

The personal information you provide will be used for the sole purpose of sending you additional information on Government of Canada services. It will be protected under the *Privacy Act* and will be held in personal information bank COM PPU 010./ Ces renseignements personnels ne seront utilisés que pour vous faire parvenir des renseignements sur les services du gouvernement du Canada. Ils seront protégés en vertu de la *Loi sur la protection des renseignements personnels* et figureront dans le fichier de renseignements personnels COM PPU 010.






Voici  
A:  
vc  
C  
ei  
C  
di

C  
p  
C  
C  
C  
C  
In  
In  
In  
Pe  
Pe  
Pe  
R  
St

# Find the Government of Canada on the Internet It's easy

Other useful Government of Canada services

- Business Service Centres . . . . .
- Canadian Tourism Commission . . . . .
- Contracts Canada . . . . .
- Culture and Heritage . . . . .
- Employment Opportunities . . . . .

Information on Government of Canada Services	Renseignements sur les services du gouvernement du Canada
	1 800 O-Canada (1 800 465-7735) TTY • ATS : 1 800 465-7735
	canada.gc.ca
	Service Canada Access Centres / Centres d'accès Service Canada

- Health Information . . . . .
- Immigration . . . . .
- Natural Resources . . . . .
- Pensions . . . . .
- Public Service Commission of Canada . . . . .
- Taxation and Customs . . . . .
- Travel Assistance for Canadians . . . . .
- Weather . . . . .
- Youth Employment Strategy . . . . .



## Your opinion is important to us

Did you find this publication useful?

☐ Very ☐ Somewhat ☐ Not very

Would you like to know more about:

- ☐ health
- ☐ the environment
- ☐ programs for families
- ☐ programs for youth
- ☐ programs for seniors

If you would like to be kept aware of Government of Canada services, please complete:

Name / Nom \_\_\_\_\_

Address / Adresse \_\_\_\_\_

City / Ville \_\_\_\_\_ Province \_\_\_\_\_

Postal Code / Code postal \_\_\_\_\_

The personal information you provide will be used for the sole purpose of sending you additional information on Government of Canada services. It will be protected under the *Privacy Act* and will be held in personal information bank COM PPU 010./ Ces renseignements personnels ne seront utilisés que pour vous faire parvenir des renseignements sur les services du gouvernement du Canada. Ils seront protégés en vertu de la *Loi sur la protection des renseignements personnels* et figureront dans le fichier de renseignements personnels COM PPU 010.



Government  
of Canada

Gouvernement  
du Canada

Canada

## Votre opinion est importante

La présente publication vous a-t-elle été utile?

☐ Très utile ☐ Assez utile ☐ Pas très utile


Aimeriez-vous en savoir plus concernant :

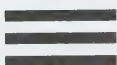
- ☐ la santé
- ☐ l'environnement
- ☐ les programmes à l'intention des familles
- ☐ les programmes à l'intention des jeunes
- ☐ les programmes à l'intention des personnes âgées

Si vous désirez être tenu au courant de nos services, prière de fournir l'information suivante :

Voir  
Aussi  
votre  
C.C.  
et C.C.  
di

St  
R  
P  
P  
In  
In  
In  
C  
C  
C  
P  
C

CANADA POST		POSTES CANADA
Postage paid if mailed in Canada	Port payé si posté au Canada	
Business Reply Mail	Correspondance- réponse d'affaires	
4644999		01



1000013348-K1G3H8-BR01

COMMUNICATION CANADA  
PO BOX 8320 STN T CSC  
OTTAWA ON K1G 9Z9

COMMUNICATION CANADA  
CP 8320 SUCC T CSC  
OTTAWA ON K1G 9Z9

Othe

- Bus
- Car
- Col
- Cul
- Em



- He
- Imi
- Na
- Per
- Pul
- Tax
- Tra
- We
- You



- Commission de la fonction publique du Canada ..... [www.psc-cfp.gc.ca](http://www.psc-cfp.gc.ca)
- Conditions météorologiques ..... [www.meteo.ec.gc.ca](http://www.meteo.ec.gc.ca)
- Contrats Canada ..... [contratscanada.gc.ca](http://contratscanada.gc.ca)
- Culture et patrimoine ..... [www.patrimoinecanadien.gc.ca](http://www.patrimoinecanadien.gc.ca)
- Immigration ..... [www.cic.gc.ca](http://www.cic.gc.ca)
- Impôts et douanes ..... [www.adrc.gc.ca](http://www.adrc.gc.ca)
- Informations-santé ..... [www.reseau-canadien-sante.ca](http://www.reseau-canadien-sante.ca)
- Pensions ..... [www.drhc.gc.ca/psr](http://www.drhc.gc.ca/psr)
- Possibilités d'emploi ..... [www.guichetemploi.gc.ca](http://www.guichetemploi.gc.ca)
- Ressources naturelles ..... [www.mcan.gc.ca](http://www.mcan.gc.ca)
- Stratégie emploi jeunesse ..... [www.jeunesse.gc.ca](http://www.jeunesse.gc.ca)




**Renseignements** — Information sur les services du gouvernement du Canada


1 800 O-Canada (1 800 622-6232)

ATS • TTY : 1 800 465-7735

[canada.gc.ca](http://canada.gc.ca)

Centres d'accès Service Canada  
Service Canada Access Centres



**Canada**

- Assistance aux Canadiens voyageant à l'étranger ..... [www.voyage.gc.ca](http://www.voyage.gc.ca)
- Centres de services aux entreprises du Canada ..... [www.rcsec.org](http://www.rcsec.org)
- Commission canadienne du tourisme ..... [www.voyagecanada.ca](http://www.voyagecanada.ca)

Voici d'autres sites Internet utiles :

**Visitez le gouvernement du Canada sur Internet — C'est facile**



# Contactez le gouvernement du Canada — C'est facile



Voici une liste pratique de numéros de téléphone utiles :

- Assurance-emploi ..... 1 800 808-6352
- Centre de services aux entreprises ..... 1 888 576-4444
- Commission canadienne du tourisme ..... 1 888 234-3666
- Crédit pour taxe sur les produits et services ..... 1 800 959-1954
- Douanes ..... 1 800 959-2036
- Immigration
  - À Montréal : ..... (514) 496-1010
  - À Toronto : ..... (416) 973-4444
  - À Vancouver : ..... (604) 666-2171
  - Àilleurs au Canada : ..... 1 888 242-2100
- Numéro d'assurance sociale ..... 1 800 808-6352
- Obligations d'épargne ..... 1 800 575-5151
- Passeports ..... 1 800 567-6868
- Pensions ..... 1 800 277-9915
- Prestation fiscale pour enfants ..... 1 800 387-1194
- Subventions épargne-études ..... 1 888 276-3624
- Taxes ..... 1 800 959-7383



# Nouvel accord sur les soins de santé

Le Premier ministre du Canada et les premiers ministres provinciaux se sont entendus récemment pour soutenir et réformer notre système de santé. Pour faire de cet accord une réalité, le gouvernement du Canada augmente le financement accordé aux soins de santé de 34,8 milliards de dollars au cours des cinq prochaines années.

L'accord renforce les cinq principes de la *Loi canadienne sur la santé* et accroît le soutien offert aux services de soins de santé actuels partout au pays.

- L'accord favorise et finance aussi le changement, afin :
- d'améliorer l'accès aux professionnels de la santé 24 heures sur 24, sept jours par semaine, et d'éliminer les débordements vers les services d'urgence ;
- d'améliorer les soins à domicile et la protection contre les coûts exorbitants des médicaments ;
- d'offrir une prestation humanitaire, dans le cadre de l'assurance-emploi, aux personnes qui doivent quitter temporairement leur emploi pour prendre soin d'un proche gravement malade ;

- d'offrir de l'équipement diagnostique et médical pour réduire les listes d'attente et accélérer les soins ;
  - de créer des dossiers médicaux électroniques des patients, et ainsi diminuer la paperasse ;
  - de favoriser l'innovation et la science dans les hôpitaux universitaires ;
  - de porter une attention spéciale aux besoins des Autochtones.
- L'accord prévoit aussi la création d'un Conseil de la santé qui fera rapport régulièrement à tous les Canadiens et les Canadiennes de l'état du système de santé. Les citoyens et les contribuables ont le droit de savoir comment leur argent est dépensé et de quelle façon la réforme est mise en oeuvre.

## Pour plus de renseignements sur le nouvel accord :

- 1 800 O-Canada  
(1 800 622-6232)  
ATS 1 800 465-7735
- [canada.gc.ca](http://canada.gc.ca)

## Les chutes chez les aînés

Les aînés savent que leur qualité de vie dépend de leur bonne santé. Les chutes leur causent souvent une perte d'indépendance et la détérioration de leur santé. Les chutes représentent la plupart des blessures chez les personnes âgées. Elles sont aussi la cause de près de la moitié des admissions dans les foyers.

### **Vous pouvez prévenir les chutes.**

Commandez les feuillets d'information *Évitez les chutes!* Ils s'adressent aux aînés, aux anciens combattants, à

leurs familles et à ceux qui oeuvrent auprès des aînés.

**1 800 O-Canada**

**www.hc-sc.gc.ca/seniors-aines**

et cliquez sur « Publications », puis sur la lettre « E » dans l'index de A à Z.

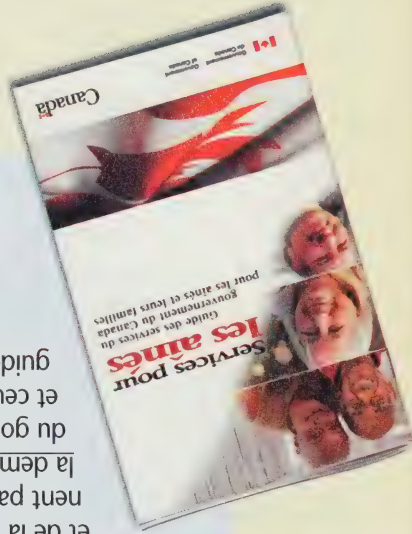
### **Le saviez-vous?**

Les paiements du Régime de pensions du Canada et de la Sécurité de la vieillesse ne vous parviennent pas automatiquement. Vous devez en faire la demande. Pour en savoir plus sur les services du gouvernement du Canada pour les aînés et ceux qui le seront bientôt, commandez le guide *Services pour les aînés*.

**1 800 O-Canada**

**canada.gc.ca**

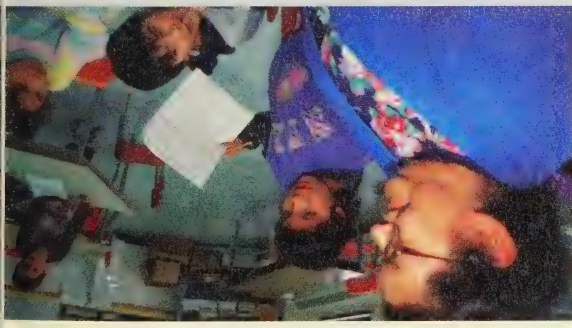
et cliquez sur « Services pour les Canadiens », puis sur « Les aînés »





## Pour les enfants d'âge préscolaire

Le Programme d'aide préscolaire aux Autochtones prépare les enfants d'âge préscolaire à l'école. Il offre aussi des cours aux parents qui apprennent à développer des compétences parentales et l'estime de soi. Les enfants, eux, apprennent à bien manger, à vivre activement et à apprécier leur culture et leur langue. Le programme est offert dans les régions urbaines et dans les réserves.



**1 866 225-0709 (sans frais)**  
[www.hc-sc.gc.ca/enfance-jeunesse](http://www.hc-sc.gc.ca/enfance-jeunesse)  
 et cliquez sur « Enfance et jeunesse autochtones »

## Des cours toute la journée

Pour donner au plus

grand nombre d'enfants possible la chance de participer au Programme d'aide préscolaire aux Autochtones, la communauté d'Igloodik, au Nunavut, offre le programme toute la journée. Les enfants peuvent jouer à des jeux traditionnels et apprendre leur culture le matin, l'après-midi et même certains soirs. Les parents et les Aînés participent également aux activités.

Une participante affirme que le programme « non seulement aide ma fille dans tous les aspects de sa croissance et de son développement, il soutient aussi toute la famille. Quand ma fille revient à la maison, elle parle de la culture autochtone. Elle m'enseigne des choses que je n'ai jamais vraiment apprises en grandissant. »

# Santé et familles

## De l'aide pour les femmes enceintes qui ont besoin de soutien

Si vous êtes enceinte et avez besoin de soutien, le Programme canadien de nutrition prénatale peut vous aider. Le programme fournit aux femmes enceintes des conseils sur la nutrition, des suppléments alimentaires et des services d'aide et d'écoute en matière de choix de santé, comme la

consommation d'alcool.

**1 866 225-0709 (sans frais)**

**www.hc-sc.gc.ca/enfance-jeunesse**

et cliquez sur « Programmes communautaires »



## Pour garder vos enfants actifs et en santé

La meilleure façon d'aider vos enfants à rester en santé, c'est de les garder actifs. Plus de la moitié des enfants et des jeunes au Canada ne sont pas assez actifs. Plusieurs souffrent d'obésité. Cela pourrait leur causer des problèmes de santé, comme les maladies cardiaques et le diabète.

Commandez un exemplaire du *Guide d'activité physique canadien pour les enfants* et du *Guide d'activité physique canadien pour les jeunes*. Les deux brochures vous donnent des conseils pour garder vos enfants actifs.

**1 866 225-0709 (sans frais)**

**www.hc-sc.gc.ca/hppb/guideap**

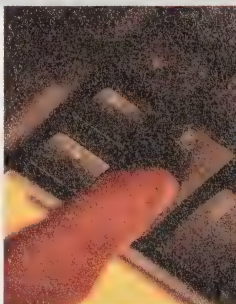


## Un site Internet pour les jeunes

Visitez **Youth Buzz**, un site Internet qui renseigne les jeunes sur l'environnement, les peuples autochtones, les revendications territoriales, le développement économique, l'exploitation minière ainsi que le pétrole et le gaz dans les T.N.-O. Le site offre des activités pour enfants, comme une chasse au trésor et des mots croisés. Le site met également des ressources à la disposition des enseignants.

 **1 800 567-9604**

 <http://nwt.inac.gc.ca/youthbuzz>



## Aide à l'expansion des entreprises

Si vous pensez démarrer une entreprise ou si vous voulez obtenir des conseils d'affaires, visitez le **Centre de services aux entreprises du Canada** le plus près de chez vous. Le Centre a des bureaux dans tout le Nord pour vous aider à :

élaborer votre plan d'affaires ;

obtenir du financement ; et

mettre votre pro-

duit ou service sur le marché.

 **Yukon : 1 800 661-0543**

 **T.N.-O. : 1 800 661-0599**

 **Nunavut : 1 877 499-5199 (sans frais)**

 [www.rcsec.org](http://www.rcsec.org)

Découvrez les **possibilités de financement pour les entreprises** au Nunavut en communiquant avec le ministère des Affaires indiennes et du Nord canadien. Le ministère offre aussi des programmes visant à assurer la participation des Inuits à d'importants projets d'infrastructure, de tourisme et d'exploitation des ressources.


 **1 800 567-9604**

 [www.ainc.gc.ca](http://www.ainc.gc.ca)

## L'emploi dans la fonction publique du Canada

Vous pouvez obtenir des renseignements sur les offres d'emplois et les programmes d'emplois dans la fonction publique du Canada

 **1 800 645-5605**

 **emplois.gc.ca**

et cliquez sur « Postes ouverts au public »

en composant le  
numéro suivant  
ou en consultant  
le site Internet.


# Innovation et entreprises

## Vous pouvez avoir accès à Internet

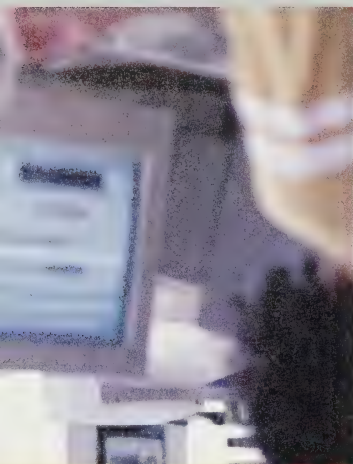
Si vous n'avez pas d'ordinateur, vous pouvez trouver un centre près de chez vous qui donne accès aux ordinateurs et à Internet à prix modique. Le Programme d'accès communautaire aide les organismes comme les écoles, les bibliothèques et les centres communautaires du Nord à acheter des ordinateurs. Le programme offre aussi de la formation en informatique.

## L'aventure de leur vie

Le Programme d'accès communautaire a permis à deux enseignants de Fort Providence de connaître l'aventure de leur vie. Grâce à Internet, ils ont pu faire une demande d'emploi pour des postes d'enseignants en Chine. Ils sont maintenant dans ce pays où ils font la découverte de la vie et de la culture chinoises.

 **<http://pac.ic.gc.ca>**

 **1 800 575-9200**



**Programmes  
pour les jeunes  
dans le Nord**

Le Programme des cadets et le Programme des Rangers juniors offrent aux jeunes des régions isolées du Nord une occasion unique de participer à une gamme d'activités enrichissantes dans leur collectivité.

☎ 1 800 661-0705

☐ [www.snfc.forces.gc.ca](http://www.snfc.forces.gc.ca)



Bien que ces programmes soient différents, les deux sont ancrés dans la communauté et proposent des activités intéressantes et stimulantes qui permettent d'acquérir des connaissances pratiques et utiles.

Le Programme des cadets et le Programme des Rangers juniors canadiens vous donnent l'occasion d'en apprendre davantage sur le travail d'équipe, l'amitié et l'estime de soi.

## Pour vos recherches d'emploi

Pour obtenir des renseignements sur les cours de formation, les emplois et les programmes de soutien dans le Nord, le gouvernement du Canada vous offre un numéro de téléphone sans frais et un site Internet. Que vous cherchiez un emploi ou que vous soyez un employeur, un enseignant ou un conseiller, vous trouverez l'information qu'il vous faut.

☎ Yukon : 1 888 757-8725 (sans frais)

☐ [www.yukwin.ca](http://www.yukwin.ca)

☎ Nunavut et T.N.-O. : 1 888 757-8725 (sans frais)

☐ [www.northwin.ca](http://www.northwin.ca)



semaines. Le programme intègre les expériences et préoccupations des Autochtones. Pour être admissible, vous devez :

- avoir au moins 17 ans ;
- avoir terminé au moins la 10<sup>e</sup> année de (la 12<sup>e</sup> année de préférence) ; et

■ répondre aux exigences médicales et d'admission des Forces canadiennes.

## Pour en savoir plus sur le pétrole et le gaz

Tout le monde s'intéresse à la prospection et l'exploitation du pétrole et du gaz dans les T.N.-O. Approfondissez vos connaissances de l'industrie et découvrez la façon dont votre collectivité peut profiter des occasions de formation, d'emploi et d'affaires. En plus de fournir des conseils concernant les plans de retombées des secteurs du pétrole et du gaz, le ministère des Affaires indiennes et du Nord canadien offre des renseignements et des ateliers sur ces ressources.

1 800 567-9604  
www.ainc.gc.ca/oil

1 800 856-8488  
www.recrutement.forces.gc.ca

et cliquez sur « Liens » dans le menu de gauche, puis sur « Programme d'enrôlement des Autochtones des Forces canadiennes »



# Formation et emplois

## Une force pour l'avenir

Faites l'expérience de la vie militaire avant de décider si vous voulez faire carrière dans les Forces canadiennes. Le **Programme des Autochtones des Forces canadiennes** s'adresse aux Autochtones qui pensent à une carrière dans la marine, l'armée ou l'armée de l'air. Il vous offre un cours de formation de trois

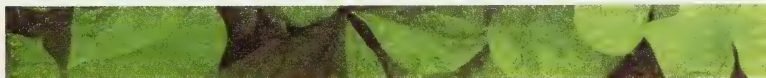
**Vous pouvez lutter contre les changements climatiques**

Les changements climatiques affectent notre santé, l'environnement et l'économie. En utilisant moins d'énergie, nous pouvons réduire les émissions de gaz à effet de serre qui sont responsables des **changements climatiques**. Voici quelques moyens simples d'utiliser moins d'énergie :

- Isolez votre grenier.
- Calfeutrez portes et fenêtres.
- Baissez le thermostat la nuit et lorsque vous êtes absent.
- N'utilisez votre lave-vaisselle que quand il est plein.
- Baissez la température de votre chauffe-eau.

**1 800 O-Canada**

**www.changementsclimatiques.gc.ca**



## Aidez votre communauté à protéger l'environnement

Vous voulez que votre communauté participe à la protection de l'environnement? Le Programme EcoAction peut vous aider. Il soutient des projets qui protègent l'environnement. Si votre organisme a but non lucratif à une idée en tête, contactez EcoAction. Vous pouvez aussi obtenir le guide *Les projets environnementaux communautaires : de l'identification de la situation à l'évaluation*. Ce guide vous aidera à déterminer vos objectifs, recruter des bénévoles, créer des partenariats et communiquer les résultats obtenus.

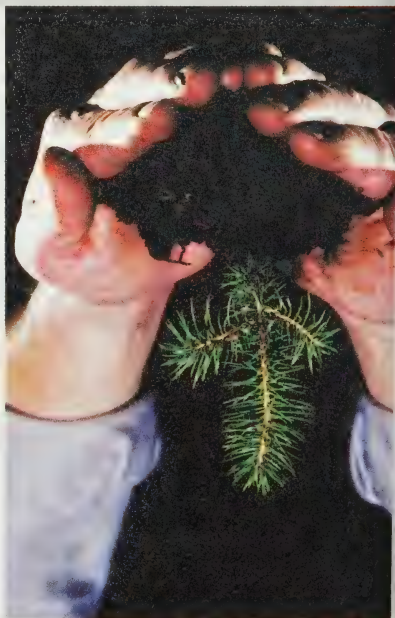
 Yukon : 1 800 667-7779

 Nunavut et T.N.-O. : 1 800 567-1570

 [www.ec.gc.ca/ecoaaction](http://www.ec.gc.ca/ecoaaction)

## Un groupe de résidents prend l'environnement en main

Les résidents d'une communauté du Nunavut ont décidé de se débarrasser des vieux barils qui contenaient autrefois le carburant des bateaux. Ces barils avaient été abandonnés dans des sites de camping près de Pangnirtung. Ils menaçaient l'environnement et la faune. Dans le cadre du projet, les résidents ont distribué des bulletins et des affiches qui indiquent comment se débarrasser des barils. Ils ont aussi produit des étiquettes qui décrivent les bonnes méthodes d'élimination. Ces étiquettes sont maintenant apposées sur les nouveaux barils. Ce projet permettra de nettoyer la région pour les générations à venir.





# Environnement

## Des visites à domicile qui permettent d'économiser l'énergie



Les propriétaires du Yukon réduisent leur facture d'électricité et les émissions de gaz à effet de serre qui contribuent aux changements climatiques. Les experts du **projet de visites à domicile pour l'efficacité énergétique** viennent leur conseiller des moyens de réduire leur consommation d'énergie, comme :

- d'entourer le réservoir d'eau chaude et les tuyaux de matériaux isolants ;

- d'utiliser des ampoules fluorescentes compactes ; et

- d'installer des pommes de douche qui économisent l'eau.


Près de 1 500 domiciles seront inspectés. On s'attend à ce que ce projet permette de réduire les gaz à effet de serre de 1 800 tonnes par année.

 **1 800 661-0408**  
 [www.nrgsc.yk.ca](http://www.nrgsc.yk.ca)

## Pour épargner énergie et argent à la maison

L'Office de l'efficacité énergétique peut vous aider à économiser énergie et argent à la maison. Commandez votre exemplaire du dépliant *Que veut dire haute efficacité Energy Star?* Consultez aussi les autres publications de l'Office.

 **1 800 387-2000**

 [www.oee.mcan.gc.ca](http://www.oee.mcan.gc.ca)

et cliquez sur « Publications »



# Introduction

Les services du gouvernement du Canada sont conçus pour répondre à vos besoins changeants. Ce guide, *Services pour vous*, décrit quelques-uns de ces services et vous explique comment ils fonctionnent et comment les obtenir. Il contient quatre sections. Chacune de ces sections correspond à des besoins individuels ou à des questions d'intérêt commun.

- Tous les sujets sont en caractères gras.
- Les titres des brochures et dépliants sont en *italiques*.
- À la fin de chaque description, vous avez des numéros de téléphone sans frais et des sites Internet.

- À la fin du guide, vous trouverez aussi une liste détachable des numéros de téléphone et des sites Internet de nombreux autres services du gouvernement.

Nous vous invitons à conserver *Services pour vous*. Il vous sera utile pour trouver le bon programme ou service, si vos besoins changent.

## Pour vous renseigner sur d'autres services

Vous pouvez obtenir des renseignements sur les autres services du gouvernement du Canada en :

- composant le 1 800 O-Canada (1 800 622-6232), le centre de renseignements généraux du gouvernement du Canada ;
- visitant le site Internet principal du gouvernement du Canada : [canada.gc.ca](http://canada.gc.ca)

Vous pouvez obtenir ce guide en gros caractères, sur cassette audio, en braille et sur disquette en composant le 1 800 O-Canada.

# Table des matières

## Environnement

Des visites à domicile qui permettent d'économiser l'énergie ..	4
Pour épargner énergie et argent à la maison .....	4
Aidez votre communauté à protéger l'environnement .....	5
Vous pouvez lutter contre les changements climatiques .....	6

## Formation et emplois

Une force pour l'avenir .....	6
Pour en savoir plus sur le pétrole et le gaz .....	7
Programmes pour les jeunes dans le Nord .....	8
Pour vos recherches d'emploi .....	8

## Innovation et entreprises

Vous pouvez avoir accès à Internet .....	9
Un site Internet pour les jeunes .....	10
Aide à l'expansion des entreprises .....	10

## Santé et familles

De l'aide pour les femmes enceintes qui ont besoin de soutien .....	11
Pour garder vos enfants actifs et en santé .....	11
Pour les enfants d'âge préscolaire .....	12
Les chutes chez les aînés .....	13

## Nouvel accord sur les soins de santé

## Contactez le gouvernement du Canada

Coût unitaire d'impression et de distribution : 33¢







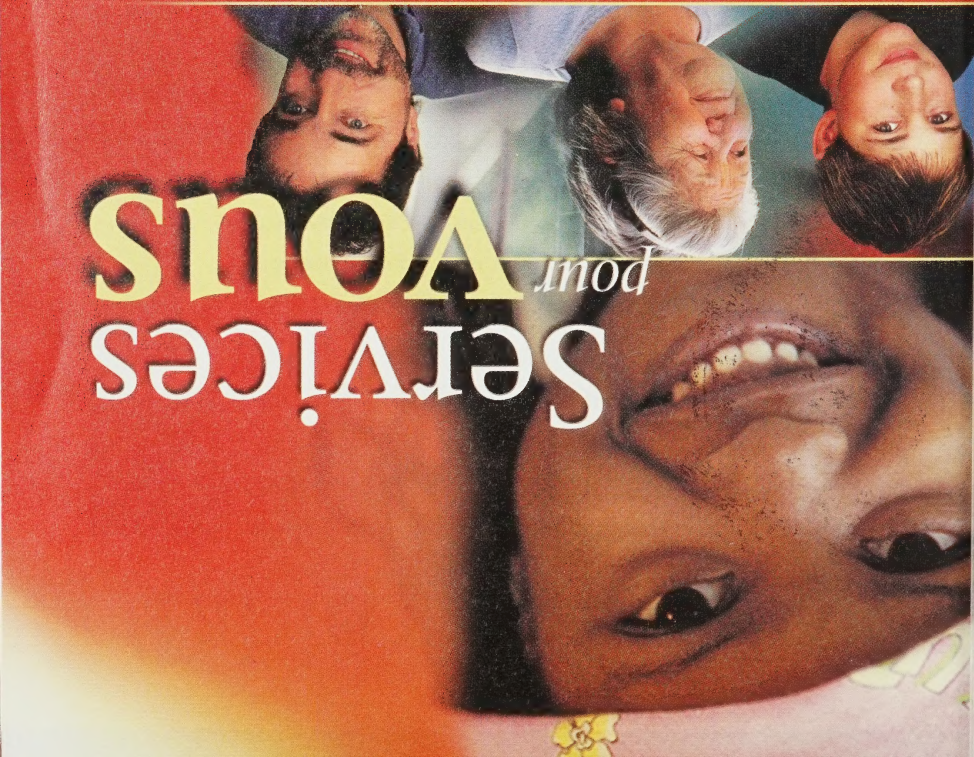
Gouvernement  
du Canada  
Government  
of Canada

Canada



Guide des services du gouvernement du Canada  
dans le Nord

# Services pour vous







3 1761 11465352 0

